

Fressi OP Vallila 23.6.-6.8.2026



| Tiistai | Keskiviikko | Torstai |
|------------------------------------|---------------------------------------|---|
| | Lihaskuntotreeni 7.15-8.00 | |
| | | |
| | | |
| Kahvakuula 16.15-17.00 | Pump 16.15-17.00 | Circuit (sali 1) 16.15-17.00 |
| Kehonhuolto 17.05-17.50 | | |

Helppoa ja kevyttä

Kehonhuoltoa

Lihaskuntoa

Liikettä ja hengästymistä

Yhteystiedot:
Asiakaspalvelu 010 850 9000 ja www.fressi.fi Chat-palvelu
yrittyspalvelut@fressi.fi



[op.liikuntakanava.fi](https://www.op.fi/liikuntakanava)

FRESSI
YRITYSPALVELUT